

## Campeonatos Nacionais de Sub-18, Sub-20, Campeonatos de Portugal e Campeonatos Nacionais de Clubes

As limitações impostas pela COVID-19 implicam que a realização de competições de atletismo tenha um conjunto de regras específicas, que pode ser consultado no [Programa de Retorno à Competição](#) e nas [Recomendações para Juízes](#), documentos disponíveis no site oficial da Federação Portuguesa de Atletismo. As indicações e normas inscritas nesses documentos vão ao encontro e não se sobrepõem às orientações estipuladas pela Direção Geral da Saúde e pelo Instituto Português do Desporto e Juventude para a utilização de recintos desportivos e para a realização da prática desportiva.

Com o pressuposto de que a evolução da pandemia em Portugal não será significativamente diferente da situação atual, e com o intuito de minimizar deslocações, necessidades de alojamento e refeições fora do local de residência de atletas, treinadores, dirigentes, juízes e pessoal de apoio, os Campeonatos Nacionais de Sub-18, Sub-20, Campeonatos de Portugal e Campeonatos Nacionais de Clubes, serão realizados simultaneamente em vários locais.

Após realizado o processo de auscultação a atletas, treinadores, clubes e associações de atletismo, a Federação Portuguesa de Atletismo divulga agora as regras e critérios para organização dos seus Campeonatos Nacionais.

### Apresentação do quadro competitivo

Para determinar os locais para realização dos Campeonatos Nacionais, foi considerada a disponibilidade de instalação desportiva, do número de juízes e a origem de atletas/clubes inscritos:

Competição	Data da Prova	Data limite de inscrição	Locais previstos*
Campeonato Nacional de Clubes (apuramento)	25/07/2020	20/07/2020	Guimarães + Leiria (a designar) + Lisboa + Algarve + Madeira + Açores
Campeonato Nacional de Sub-18	01/08/2020	27/07/2020	Maia e Ramalde + Leiria (a designar) + Lisboa + Madeira + Açores
Campeonato Nacional de Sub-20	02/08/2020	27/07/2020	Maia e Ramalde + Leiria (a designar) + Lisboa + Madeira + Açores
Campeonatos de Portugal	08/08/2020	03/08/2020	Braga + Lisboa + Madeira + Açores
Campeonato Nacional de Clubes (1.ª e 2.ª Divisões)	15/08/2020	10/08/2020	Guimarães + Lisboa + Madeira + Açores

\*Em função da evolução da pandemia Covid-19, do número de atletas e clubes inscritos nas competições, os locais indicados para a realização dos Campeonatos poderão ser reformulados.

## Regras gerais

Para a realização dos Campeonatos Nacionais de Sub-18, Sub-20 e Campeonatos de Portugal, pretende-se que a participação seja de aproximadamente de 12 atletas por disciplina.

Relativamente aos atletas que não tenham alcançado as marcas de qualificação definidas e que pretendam competir em determinado Campeonato, a sua participação poderá ser possível desde que tenham sido inscritos dentro da data limite definida (tabela acima) e a sua inscrição seja aceite pela DTN. A decisão da DTN será efetuada com base nas marcas alcançadas na época 2019/2020 e a lista de atletas inscritos será divulgada na quarta-feira antes da realização dos campeonatos.

Tendo em conta os constrangimentos provocados pela pandemia de Covid-19, e de modo a minimizar as deslocações a efetuar, serão excecionalmente autorizadas participações de atletas de uma determinada equipa numa pista diferente daquela onde os seus colegas de clube estejam a participar. Esta permissão será considerada desde que seja manifestada antecipadamente pelos clubes. A solicitação de alteração do local de competição terá de ser efetuada pelo responsável técnico do clube até 24h após o término das inscrições e ser enviada através de correio eletrónico para [lince@fpatletismo.pt](mailto:lince@fpatletismo.pt), identificando o(s) atleta(s), as provas e o local no qual pretende que esse(s) atleta(s) participe(m).

A substituição de atletas no Campeonato Nacional de Clubes é possível, de acordo com o definido no regulamento geral de competições, devendo a substituição ser efetuada junto do Delegado Técnico da Competição.

As inscrições serão efetuadas através da plataforma Lince e a distribuição de atletas pelos vários locais terá em consideração a distância entre a morada do clube e a pista definida.

As confirmações serão realizadas online através da plataforma <https://www.portugalathleticsresults.pt/>, sendo que para os Campeonatos nacionais de Sub-18, Sub-20 e Campeonatos de Portugal podem ser efetuadas pelo clube ou pelo atleta e as confirmações para o Campeonato Nacional de Clubes são efetuadas pelo responsável técnico designado pelo clube.

Os clubes que ainda não possuem as credenciais de acesso a esta plataforma deverão enviar os seguintes dados: sigla, nome e email do responsável do clube para [apoio@portugalathleticsresults.pt](mailto:apoio@portugalathleticsresults.pt).

A participação nos campeonatos nacionais é permitida aos utilizadores que assinem e entreguem um Termo de Responsabilidade Individual no local onde pretendem participar. No caso dos atletas menores de 18 anos, esse Termo de Responsabilidade deverá ser assinado pelo encarregado de educação.

Para efeitos de classificação de cada disciplina, os resultados obtidos em cada pista serão agrupados numa única classificação independentemente das condições em que os mesmos foram realizados.

A entrega de medalhas e prémios dos campeonatos, será realizada posteriormente através da Associação de Atletismo em que o clube está filiado.

## CAMPEONATOS NACIONAIS DE CLUBES 25 de julho e 15 de agosto de 2020

### 1. NORMAS REGULAMENTARES

#### 1.1- Normas Gerais

1.1.1 A participação na fase de apuramento dos Campeonatos Nacionais de Clubes de 2020 está reservada aos clubes portugueses que tenham a sua situação regularizada perante uma Associação Distrital ou Regional.

1.1.2 Nas fases de apuramento, a FPA elaborará uma Classificação Geral dos Clubes segundo o valor de todas as marcas obtidas, cabendo ao primeiro classificado de cada disciplina uma pontuação equivalente ao número total de clubes (X) que integram a fase e, X-1 ao segundo, X-2 ao terceiro e assim sucessivamente. A soma dos pontos dos atletas de cada clube ditará a pontuação dos mesmos. Definida a pontuação das equipas, estas serão seriadas por ordem decrescente do total de pontos obtidos. Na sequência dos resultados obtidos na Fase de Apuramento, os Clubes serão seriados de acordo com as pontuações obtidas, de modo que os 8 primeiros Clubes disputem a Final do Campeonato da I Divisão e os Clubes classificados da 9.ª à 16.ª posições, a Final do Campeonato da II Divisão. A pontuação final dos clubes será definitiva, para efeitos da Classificação Anual dos Clubes, a partir da 17.ª posição da Fase de Apuramento. Quaisquer desistências serão colmatadas pelos clubes classificados nas posições imediatas da Fase de Apuramento. Na Fase Final as I e II Divisões serão pontuadas em separado. Havendo 8 equipas classificadas serão atribuídos em cada disciplina 8 pontos ao 1.º classificado, 7 ao 2.º, e assim sucessivamente. No caso de não existirem 8 clubes a participar em algum dos Campeonatos, a pontuação atribuída ao 1.º e subsequentes lugares, será de acordo com o número de clubes classificados. A realização da II Divisão depende do número de clubes apurados.

1.1.3 De acordo com o Regulamento Geral de Competições, os atletas estrangeiros filiados na FPA, poderão pontuar para o seu clube, até um máximo de 2 por equipa. Os atletas menores de 18 anos não serão considerados, para este efeito, estrangeiros.

1.1.4 Os atletas poderão participar no máximo em duas provas no campeonato.

a) Os atletas do escalão Sub-18 e Sub-20 que participem em corridas ou provas de marcha de distância igual ou superior a 1.500 metros, não poderão participar noutra corrida ou prova de marcha nessa jornada, independentemente da ordem de participação nessas provas.

1.1.5 Os atletas do escalão sub-18 poderão participar em todas as provas, com exceção dos 2000 metros obstáculos masculinos, peso (7,260 Kg) e martelo (7,260 Kg).

#### 1.2- Normas específicas

1.2.1 Estes Campeonatos realizar-se-ão nas seguintes fases: Fase de Apuramento e Final.

1.2.2 Aos atletas que, na Fase de Apuramento, não alcancem as marcas de pontuação definidas para este Campeonato e mencionadas em tabela em anexo, não será atribuída qualquer pontuação.

1.2.3 A Fase de Apuramento e a Fase Final dos Campeonatos Nacionais de Clubes efetuar-se-á num único dia em duas jornadas, uma da parte da manhã e a outra da parte da tarde, coincidentes para todas as pistas, com a participação da globalidade dos clubes inscritos, que serão distribuídos – critério da exclusiva responsabilidade da FPA – pelas pistas de sintético existentes no País, devendo ser utilizado o sistema de cronometragem automática.

Tendo em conta os constrangimentos provocados pela pandemia de Covid-19, e de modo a minimizar as deslocações a efetuar, serão excepcionalmente autorizadas participações de atletas de uma determinada equipa numa pista diferente daquela onde os seus colegas de clube estejam a participar. Esta permissão será considerada desde que seja manifestada antecipadamente pelos clubes. A solicitação de alteração do local de competição terá de ser efetuada pelo responsável técnico do clube até 24h após o término das inscrições e ser enviada através de correio eletrónico para [lince@fpatletismo.pt](mailto:lince@fpatletismo.pt), identificando o(s) atleta(s), as provas e o local no qual pretende que esse(s) atleta(s) participe(m).

A substituição de atletas no Campeonato Nacional de Clubes é possível, de acordo com o definido no regulamento geral de competições, devendo a substituição ser efetuada junto do Delegado Técnico da Competição.

As confirmações serão realizadas online através da plataforma <https://www.portugalathleticsresults.pt/>, e são efetuadas pelo responsável técnico designado pelo clube.

1.2.4 Cada clube terá de participar nas disciplinas individuais, obrigatoriamente, com um mínimo de 8 atletas tanto na competição masculina como na competição feminina.

1.2.4.1 A equipa de cada clube poderá incluir atletas dos escalões de Sub-18, Sub-20 e Seniores.

1.2.5 Em qualquer uma das Fases deste Campeonato, cada clube só poderá apresentar 1 atleta por disciplina.

1.2.6 A elaboração das séries/grupos na fase de apuramento e na fase final será da responsabilidade do(s) Delegado(s) Técnico(s), em coadjuvância com a DTN, tendo em consideração as melhores marcas de cada atleta participante na corrente época (ar livre ou pista coberta).

## 2. PROGRAMA HORÁRIO

O programa horário das fases de apuramento e fase final serão publicados em comunicado específico.

## 3. INSCRIÇÕES

### 3.1- Fase de Apuramento

Os clubes elegíveis e interessados em participar nestes Campeonatos deverão inscrever os atletas, via Plataforma Lince da FPA em “Eventos”, “Calendário” e escolher as provas na competição devida..

### 3.2- Fase Final

As inscrições deverão ser feitas pelos clubes através da “Plataforma Lince da FPA” nas respetivas áreas de acesso em <https://lince.fpatletismo.pt>. Dando cumprimento ao exarado nas “Normas Administrativas” no início da época, referente a “Inscrições em Competições Nacionais” neste Campeonato não haverá cobrança de taxas de inscrição de acordo com o divulgado.

### 3.3- Confirmação das inscrições

Os prazos de confirmação de participação por prova, assim como os horários de apresentação na Câmara de Chamada e o previsto de entrada dos atletas na pista, poderão ser consultados em tabela a publicar oportunamente em Comunicado específico da Fase de Apuramento e na Fase Final destes Campeonatos.

As confirmações serão realizadas online através da plataforma <https://www.portugalathleticsresults.pt/>.

As confirmações do Campeonato Nacional de Clubes são efetuadas pelo clube.

#### 4. CONCURSOS – ESPECIFICIDADES

##### a) Saltos Verticais

O Delegado Técnico em cada uma das pistas poderá decidir, caso o considere necessário, iniciar cada salto vertical a uma altura inferior à mencionada na tabela respetiva, desde que se cumpram as Regras relevantes do Regulamento da World Athletics (WA). O previsto na TR 25.17 (Regra Técnica) da WA não se aplica nesta Competição Coletiva, no que respeita ao tempo atribuído aos atletas participantes em saltos verticais para iniciar o seu ensaio, quando apenas estiver 1 atleta em competição, atribuindo-se neste caso, se se aplicar, o tempo para ensaios consecutivos.

##### b) Saltos Horizontais e Lançamentos

Quer na Fase de Apuramento, quer na Fase Final, todos os atletas terão direito a 4 ensaios.

#### 5. CORRIDAS E MARCHA - ESPECIFICIDADES

Face às recomendações em vigor à data, para levar a cabo a retoma das provas de meio fundo e de marcha nas pistas de atletismo, houve a necessidade de reajustar o programa de provas e de alterar o figurino tradicional das mesmas.

##### a) Corridas em pistas individuais

**Provas até 1500 metros**, com partida e chegada em pistas individuais (com afastamento de 2 pistas de intervalo entre atletas), podendo realizar-se séries de 3 atletas por género.

##### b) Corridas em contrarrelógio de perseguição

**3000 metros, 2000 metros obstáculos sem vala e 3000 metros marcha**, sistema de contrarrelógio em perseguição tendo como referência partidas de 15 em 15 segundos até 4 atletas por série.

A ordem de saída deverá contemplar a partida do atleta com o melhor registo na 1.ª posição, o atleta com o segundo melhor registo na 2.ª posição e assim sucessivamente.

Tendo em conta a necessidade de cumprir a regra de **distanciamento de 3 metros lado a lado e de 5 metros em linha**, caso o atleta que persegue se aproxime a menos de 5 metros, deverá ultrapassar de forma a manter duas pistas de intervalo entre os dois atletas. O atleta que ultrapassa só poderá regressar à pista 1 após ter 5 metros de avanço do atleta que ultrapassou. A violação reiterada desta orientação fundamental para o combate à propagação da pandemia, poderá levar à desqualificação do atleta.

##### c) Forma de realização dos 2000 metros obstáculos sem vala

1. A partida para esta prova é feita na partida dos 2000 metros.
2. Não haverá passagem pela vala de água.
3. O número de obstáculos por volta é de quatro, sendo o número total de obstáculos a transpor de 18.
4. A colocação dos obstáculos será feita de tal forma que os quatro obstáculos fiquem equidistantes uns dos outros, com uma distância de 100 metros entre eles.
5. Os obstáculos são colocados aos 390 metros (10 metros à frente da meta, na marca do fim da zona de transmissão dos 4x400 metros), aos 290 metros (no fim da zona da 1.ª transmissão dos 4x100 metros), aos 190 metros (no fim da zona da 2.ª transmissão dos 4x100 metros) e aos 90 metros (no fim da zona da 3.ª transmissão dos 4x100 metros).

6. O 1.º obstáculo está colocado aos 190 metros (no fim da zona da 2.ª transmissão dos 4x100 metros), após 210 metros de corrida.

7. As alturas dos obstáculos são:

- 0,76 metros para femininos;

- 0,91 metros para masculinos.

## 6. CONTROLO DE ENGENHOS

A organização autoriza a utilização de engenhos pessoais, desde que homologados. Assim, os engenhos devem ser entregues na câmara de chamada para verificação até 1 hora antes do início da prova respetiva. Os engenhos aprovados serão colocados na zona de lançamento e os não aprovados poderão ser levantados na câmara de chamada, após a conclusão das provas. No final de cada prova os engenhos aprovados e utilizados na mesma, devem ser levantados na câmara de chamada.

Mínimos de pontuação aplicáveis na Fase de Apuramento do Campeonato Nacional de Clubes indicando-se a negrito as marcas para as 2 provas introduzidas devido às restrições conhecidas.

PROVAS	Masculinos	Femininos
100 m	12,04	14,14
200 m	25,04	28,94
400 m	53,44	64,54
800 m	2 05,00	2 30,00
1 500 m	4 20,00	5 20,00
3 000 m	9 30,00	11 40,00
<b>2 000 Obst</b>	<b>6 40,00</b>	<b>9 20,00</b>
110/100 m bar	18,74	18,04
400 m bar	61,94	73,14
Altura	1,70	1,40
Vara	2,80	2,00
Comprimento	5,80	4,60
Triplo Salto	12,00	9,70
Peso	9,50	8,50
Disco	27,00	23,00
Dardo	40,00	25,00
Martelo	28,00	25,00
<b>3 000 Marcha</b>	<b>17 24,00</b>	19 00,00